ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№4 (54) февраль 2006

журнал для тех, кто любит готовить



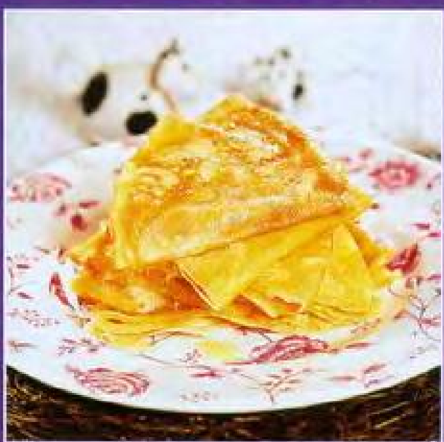










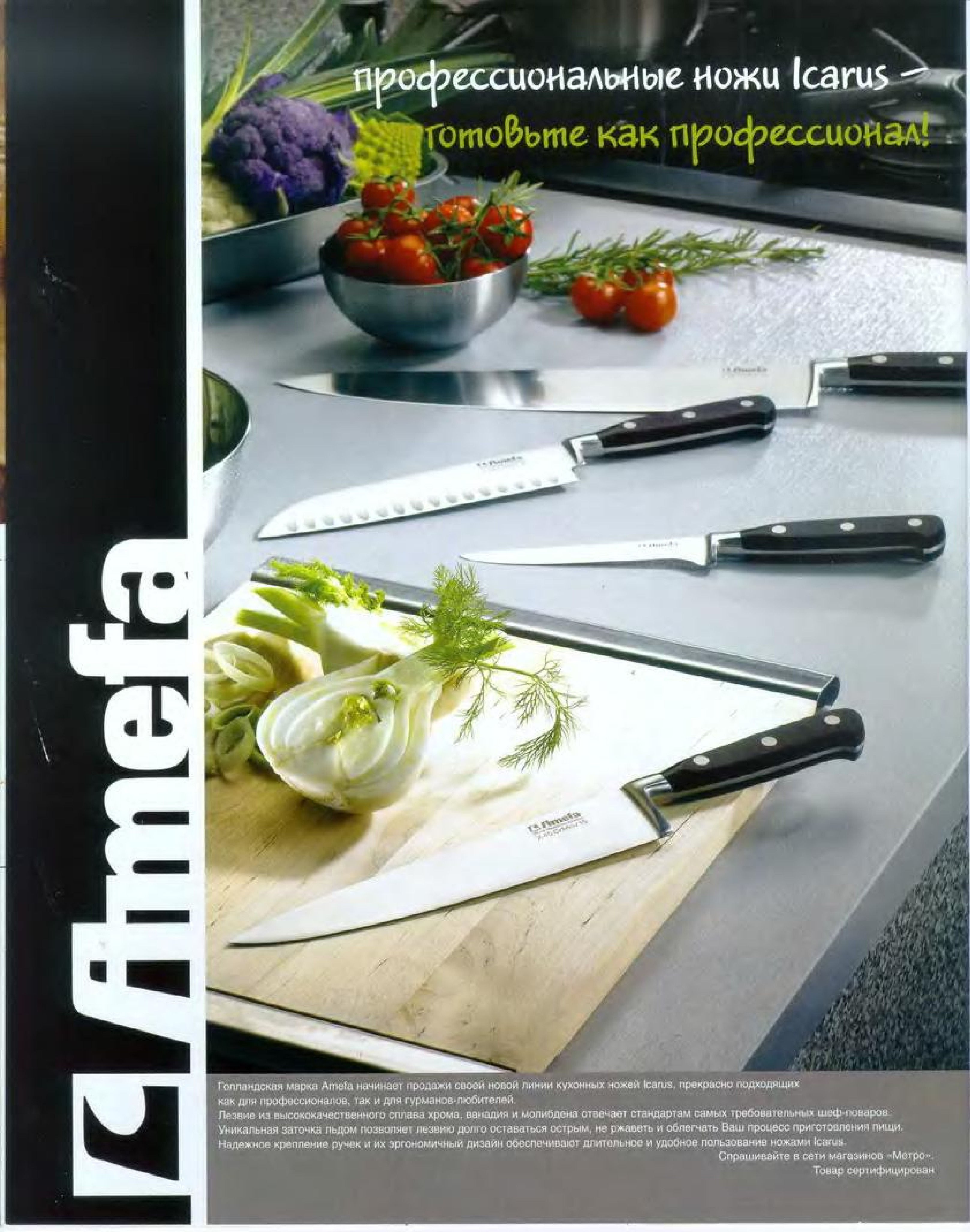




www.gastromag.ru

- маринованные шампиньоны ■ закусочный торт для мужчин ■ гороховый суп с сосисками ■ баранья нога, запеченная в тесте ■ тушеная телятина с овощами и рисом ■ тельное с грибами ■ острая красная капуста в пергаменте ■ горячее лобио в горшочке ■ капуста по-монастырски в горшочке ■ коктейль «кровавая мэри» ■ креветки, жаренные на ветках розмарина ■ «наполеон» с картофельной и грибной начинкой ■ блины кружевные в пенке ■ пончики с апельсиновым соусом ■ желе из хурмы

ISSN 1728-6948
9 771728 694000


профессиональные ножи Icarus –
готовьте как профессионал!
Amefa
Голландская марка Amefa начинает продажи своей новой линии кухонных ножей Icarus, прекрасно подходящих как для профессионалов, так и для гурманов-любителей.
Лезвие из высококачественного сплава хрома, ванадия и молибдена отвечает стандартам самых требовательных шеф-поваров.
Уникальная заточка льдом позволяет лезвию долго оставаться острым, не ржаветь и облегчать Ваш процесс приготовления пищи.
Надежное крепление ручек и их эргономичный дизайн обеспечивают длительное и удобное пользование ножами Icarus.
Спрашивайте в сети магазинов «Метро».
Товар сертифицирован



и ни одной минуты на кухне

МеридиаН

Богатства морей и океанов



Товар сертифицирован. Точный состав продукта может варьироваться в зависимости от упаковки.





Дорогие друзья!

Подведены итоги конкурса на лучший рецепт блинов. Это была непростая задача. Потому что в адрес редакции пришло огромное количество писем с замечательными рецептами. Но победителей могло быть всего десять.

- Елена Хромова, Самара
- Варвара Казакова, Подольск
- Вера Юрьева, Москва
- Ольга Иванова, Саратов
- Т. Литвинова, Липецк
- Елена Иноземцева, Оренбург
- Наталья Коневцева, Пермь
- Анастасия Фадеева, Владимир
- Лилия Рычалова, Минеральные Воды

Все они получат в подарок сковороду для блинов фирмы Tefal. А имя обладателя главного приза – набора посуды Tefal – вы найдете на стр. 24–25.







Надеемся, вы не забыли, что продолжается конкурс на лучшее блюдо из макарон. Самый интересный рецепт будет опубликован в апрельском номере нашего журнала. Кроме того, его поместят на пачки продукции компании «Байсад». А автор получит в подарок специальную кастрюлю для варки макарон и набор изделий этой компании.
Мы ждем ваших писем до 15 марта. Желаем успеха.

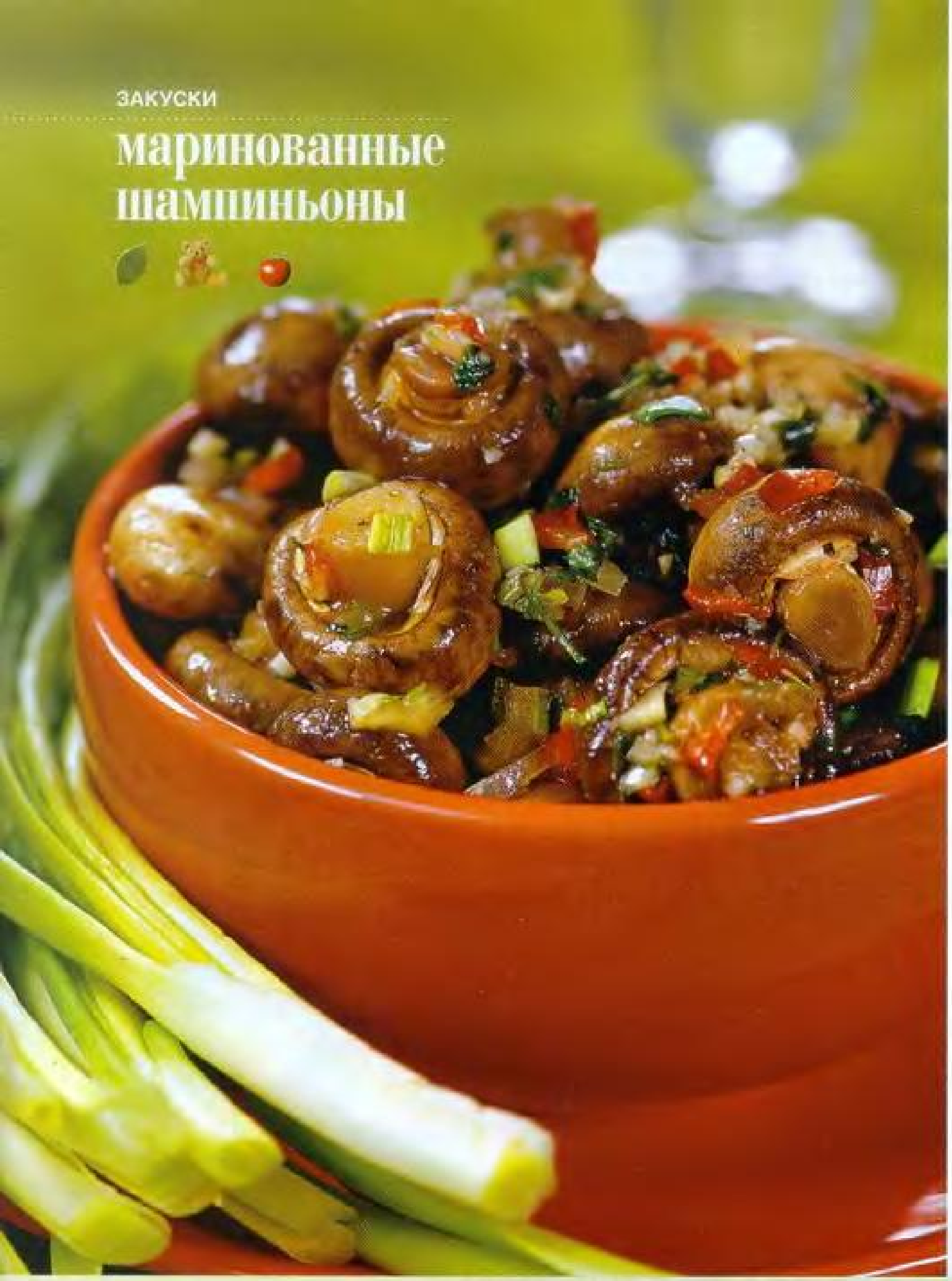
Ваша редакция

условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - легкие рецепты
  - рецепты средней сложности
  - рецепты для опытных кулинаров
- * полезный совет
- Maggi блюда, приготовленные с продуктами МАГГИ®

содержание

Маринованные шампиньоны



ЧТО НУЖНО:

1 кг некрупных свежих шампиньонов
1 луковица
3 зубчика чеснока
1 небольшой красный сладкий перец
0,5 пучка укропа
0,5 пучка зеленого лука
3 ст. л. 9%-ного уксуса
2 лавровых листа
1 ст. л. сахара
соль, перец по вкусу

- Время приготовления: 25 мин. + 2 часа
- Порций: 4
- 1 порция: 94,3 ккал

белки – 10,8 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 7,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы тщательно вымыть, сложить в широкую кастрюлю, залить водой, добавить 0,5 ст. л. уксуса. Поставить на сильный огонь и довести до кипения. Снять шумовкой пену, уменьшить огонь до среднего и варить 15 мин. Откинуть грибы на дуршлаг.

2 Лук и чеснок очистить, нашинковать. Перец вымыть, очистить от семян и мелко нарезать. Укроп и зеленый лук вымыть, обсушить и измельчить.

3 Выложить грибы в миску. Добавить лук, чеснок, перец, зелень, сахар и соль; перемешать. Положить лавровый лист, влить оставшийся уксус. Накрыть миску пленкой и оставить при комнатной температуре на 2 ч.



1



2



3



КРИСТАЛЬНО ЧИСТАЯ ВОДА – ЧАШКА ЗА ЧАШКОЙ

НОВЫЙ ЧАЙНИК HD 4690 ИЗ АЛЮМИНИЕВОЙ КОЛЛЕКЦИИ PHILIPS

Он воплощает самые современные технологии и актуальные тренды промышленного дизайна. Он эргономичен и прост в использовании. Он отличается продуманностью и высочайшим качеством каждой детали. Все это позволяет ему… кипятить воду. Но это будет не просто вода, а кристально чистая вода.

Минимальное количество накипи, быстрый процесс кипячения и удобство в использовании – все это подарит вам новый чайник из Алюминиевой коллекции Philips.

Своим привлекательным внешним видом чайник во многом обязан корпусу из анодированного алюминия. Это легкий, прочный и устойчивый к царапинам материал, на котором не остается следов от прикосновений.

Незаурядный облик вполне соответствует другим характеристикам чайника. Вскипяченная вода будет идеально прозрачной благодаря усовершенствованному фильтру от накипи, который очищает воду и защищает нагревательный элемент от появления известкового налета. Вот почему вы получите гораздо больше удовольствия от вкуса чая, приготовленного на воде из чайника Philips. Не говоря уже о том, что и сам он прослужит намного дольше.



Вода, вскипяченная им, будет идеально прозрачной благодаря усовершенствованному фильтру от накипи

Чайник сам контролирует всю процедуру кипячения, но с помощью двух индикаторов уровня воды вы будете полностью в курсе происходящего. Наполнив чайник через широкое отверстие под крышкой, вы легким движением устанавливаете его на платформу, включаете, и у его основания начинает сиять голубое световое кольцо.

Плоский нагревательный элемент из нержавеющей стали быстро и экономно кипятит воду. Когда вода вскипит, раздастся мелодичный звонок и чайник выключится.

Трехуровневая система безопасности надежно охраняет чайник от разных неприятностей: она не позволит включить пустой или недостаточно наполненный чайник и отключит его в случае короткого замыкания.



Сетевой шнур сматывается внутрь платформы

Однако все эти преимущества чайника вы почувствуете потом. Первым делом, устанавливая чайник на своей кухне, вы оцените удобство, с которым можно регулировать длину сетевого шнура: излишек просто сматывается внутрь платформы.



Незаурядный облик вполне соответствует другим характеристикам чайника

Новый чайник из Алюминиевой коллекции Philips делает то же, что и его предшественники, но с чистотой и совершенством, о которых можно было только мечтать. Наслаждаясь ароматным чаем на своей кухне, подумайте, чего еще не хватает, чтобы сделать ее по-настоящему современной… Philips знает, что предложить вам. Ведь чайник – лишь часть Алюминиевой коллекции Philips, в которую также входят блендер, тостер и соковыжималка. Подробную информацию об Алюминиевой коллекции Philips вы можете получить на сайте www.philips.ru.

закусочный торт для мужчин




1


2


3


4


5


6

КСТАТИ

* Для этого торта подойдет черный хлеб любого сорта, главное, чтобы он был круглым. Если у вас есть специальная струна для разрезания коржей, то количество слоев можно увеличить до 4–5.

* Для украшения торта также хорошо использовать красный сладкий лук, маринованные или соленые огурчики, нарезанный тонкими кружками редис.

ЧТО НУЖНО:

1 круглый черный хлеб
100 г сливочного масла
3 ч. л. острого хрена
1 пучок укропа
цедра 1 лимона
500 г слабосоленого лосося
200 г сливочного сыра
10 оливок без косточек
2 крутых яйца
200 г майонеза
1 пучок кинзы
соль, острый красный перец

Для украшения:

1 небольшой острый перчик
4–5 перепелиных яиц
8–10 маслин
4–5 перьев зеленого лука

- Время приготовления: 25 мин. + 1 час
- Порций: 10–12
- 1 порция: 396 ккал

белки – 16,2 г, жиры – 30,7 г, углеводы – 13,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 У хлеба срезать верхушку. Затем разрезать хлеб на 4 одинаковых по толщине диска.

2 **Приготовить пасту для коржей с рыбой.** Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Сливочное масло с хреном, укропом и цедрой лимона растереть в однородную массу.

3 **Приготовить яичную пасту.** Оливки и яйца очень мелко нарезать. Тщательно перемешать с 2 ст. л. сливочного сыра.

4 Промазать 2 коржа пастой из масла и хрена. Третий – оливково-яичной массой.

5 На коржи, смазанные пастой, уложить тонкие куски лосося. Сложить все коржи один на другой в любом порядке. Накрыть четвертым коржом.

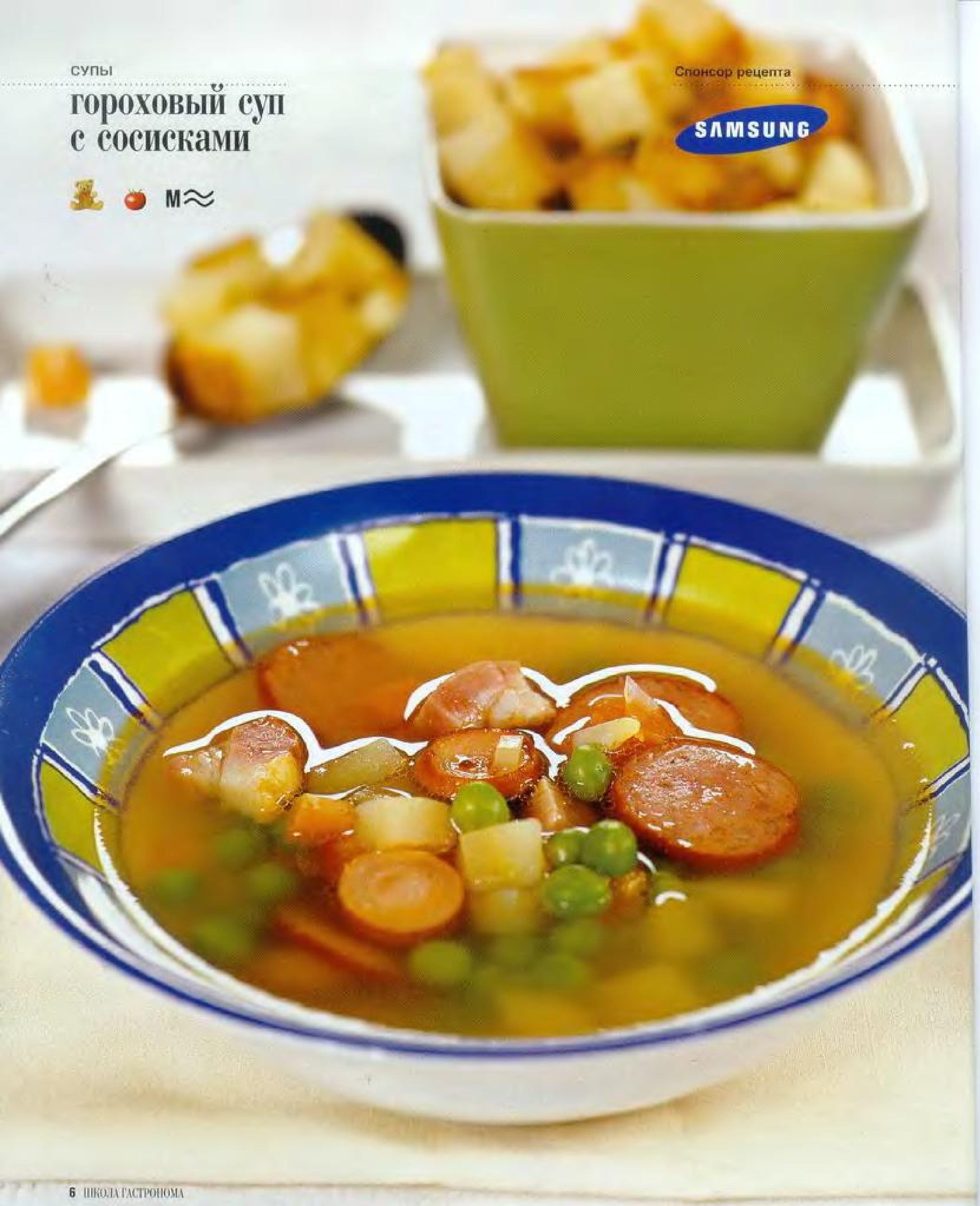
6 Кинзу вымыть, обсушить и мелко нарезать. Смешать майонез с оставшимся сливочным сыром, солью, перцем и кинзой. Обмазать верх и бока торта. Украсить торт. Сваренные вкрутую перепелиные яйца и маслины нарезать тонкими кружками, острый перец – кольцами, зеленый лук – небольшими кусочками; выложить в произвольном порядке на торт.

Накрыть торт пищевой пленкой и поставить на 1 ч в холодильник.

гороховый суп с сосисками

М≈

Спонсор рецепта





1



2



3



4



5



6

КСТАТИ

Для очистки микроволновой печи специалисты **Samsung** разработали систему **AQUA Clean** – очистка паром. Пар эффективно убирает жир и другие загрязнения на керамическом покрытии печки. Достаточно просто налить воду в контейнер и нажать на соответствующую кнопку.

ЧТО НУЖНО:

300 г свежезамороженного зеленого горошка
4 картофелины
1 морковка
1 луковица
100 г корейки
4 сосиски
2 сардельки
600 г мясного бульона
2 ст. л. растительного масла
300 г белого хлеба
соль, перец по вкусу

- Время приготовления: 45 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 672 ккал

белки – 23,9 г, жиры – 37,2 г, углеводы – 60,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистить, измельчить. Корейку нарезать кубиками со стороной 1 см. Лук и корейку положить в большую емкость для микроволновой печи, накрыть крышкой, поставить в печь и готовить 3 мин. при мощности 100%.

2 Картофель и морковь очистить, нарезать небольшими кубиками. Добавить в емкость к тушеной корейке горошек, картофель и морковь, влить бульон. Вернуть емкость в микроволновую печь и готовить 25 мин. при мощности 100%.

3 Сосиски и сардельки нарезать тонкими кружками. Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить сосиски и сардельки до румяной корочки.

4 Добавить обжаренные сосиски и сардельки в суп, посолить, поперчить. Готовить в микроволновой печи 12 мин. при мощности 70%. Вынуть суп из печи и оставить под крышкой в теплом месте.

5 С хлеба срезать корку, нарезать его кубиками. Сложить в миску, влить 2 ст. л. растительного масла, посолить и перемешать.

6 Переложить хлебные кубики в посуду для микроволновой печи, поставить в печь и готовить 2 мин. при 100%.

Разлить суп по тарелкам, отдельно подать горячие крутоны.

баранья нога, запеченная в тесте





1



2



3



4



5



6

СОВЕТ

Лучше всего подавать ногу на большом блюде целиком и разделывать ее уже на обеденном столе. Аккуратно разломите хлебную корку и нарежьте мясо на порции. А корку можно использовать в качестве гарнира.

ЧТО НУЖНО:

баранья нога весом 2–2,5 кг
4 ст. л. растительного масла
1 ст. л. горчицы
1 пучок петрушки
1–2 веточки розмарина
750 г муки
2 ст. л. соли
черный перец по вкусу
6 яичных белков
1 яйцо
1 лавровый лист
3 зубчика чеснока
100 г хлебных крошек

- Время приготовления: 2 часа 50 мин.
- Порций: 12–14
- 1 порция: 557,4 ккал

белки – 39,4 г, жиры – 27,4 г, углеводы – 42,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять, смешать с солью. Добавить несколько измельченных листиков розмарина. Белки взбить в пышную пену, добавить в муку. Влить 200 мл воды, перемешать. Выложить тесто на присыпанную мукой поверхность и вымешивать не менее 5 мин. Завернуть в пищевую пленку, положить в холодильник на 1 ч.

2 Петрушку вымыть, обсушить. Измельчить в блендере вместе с розмарином, лавровым листом и чесноком. Добавить хлебные крошки и масло.

3 Баранью ногу вымыть. Срезать слой жира, натереть солью и перцем.

4 Сильно разогреть большую сковороду с небольшим количеством растительного масла. Обжарить баранину, по 7 мин. с каждой стороны. Дать немного остыть.

5 Разогреть духовку до 200 °С. Раскатать тесто в пласт толщиной 0,7 см. Третью часть пласта отрезать и отложить. Смазать ногу горчицей, затем обложить смесью зелени и хлебных крошек.
На пласт теста большего размера положить ногу. Завернуть края вокруг мяса. На оставшуюся открытой часть ноги положить пласт меньшего размера, прижать руками.

6 Смазать тесто слегка взбитым яйцом. Выложить ногу на противень, накрыть листом фольги, поставить в духовку и запекать 1,5 ч.
Готовую ногу смазать сливочным маслом.

тушеная телятина с овощами и рисом



На фото: столовые приборы КИМОНО от Zepter



1



2



3



Спонсор рецепта

ЧТО НУЖНО:

500 г телятины
100 мл красного сухого вина
100 г сметаны
1 стакан риса
1 ст. л. сливочного масла
1 сладкий перец
1 луковица
150 г цветной капусты
100 г свежезамороженной стручковой фасоли
100 г консервированной кукурузы
100 г мякоти баклажана
2 лавровых листа
5–6 горошин черного перца

- Время приготовления: 40 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 403,8 ккал

белки – 30,8 г, жиры – 10,2 г, углеводы – 47,2 г

КСТАТИ

* Благодаря специальной конструкции посуды **Zepter** и термоаккумулирующему дну влагосодержащие продукты можно готовить в ней без воды и в более щадящем режиме. А это способствует сохранению питательных веществ и витаминов.

* В **Zepter-системе** из нескольких ярусов можно готовить одновременно несколько блюд или ингредиентов одного блюда, что экономит время и электроэнергию.



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть, обсушить, разрезать на порционные куски и слегка отбить с обеих сторон.

2 Овощи вымыть. Баклажан нарезать небольшими кубиками. Перец разрезать пополам, удалить семена с плодоножкой, нарезать так же, как баклажан. Цветную капусту разобрать на небольшие соцветия. Лук очистить, тонко нарезать кольцами. Фасоль разморозить.

3 Рис промыть, положить в **кастрюлю Zepter объемом 1,8 л**, влить 1,5 стакана воды, добавить щепотку соли и сливочное масло. Кастрюлю поставить на средний огонь, и как только стрелка термоконтроллера дойдет до конца зеленого поля, снять с огня. Крышку не снимать.

4 **Кастрюлю Zepter объемом 4 л** поставить на огонь, накрыть крышкой и нагреть так, чтобы стрелка термоконтроллера дошла до конца желтого поля. Снять крышку, положить на дно кастрюли мясо и вновь накрыть. Через 2–3 мин. мясо перевернуть, положить на него нарезанный лук, лавровый лист и перец горошком, влить вино. Добавить сметану. Уменьшить огонь.

5 На кастрюлю с мясом поставить **пароварку Zepter** соответствующего диаметра. Положить в нее подготовленные овощи и консервированную кукурузу. Накрыть **комби-миской Zepter**.

6 На комби-миску поставить кастрюлю с рисом. Получившуюся **Zepter-систему** подогревать 20 мин., затем снять все кастрюли и выложить на сервировочное блюдо готовые мясо, рис и овощи.



4

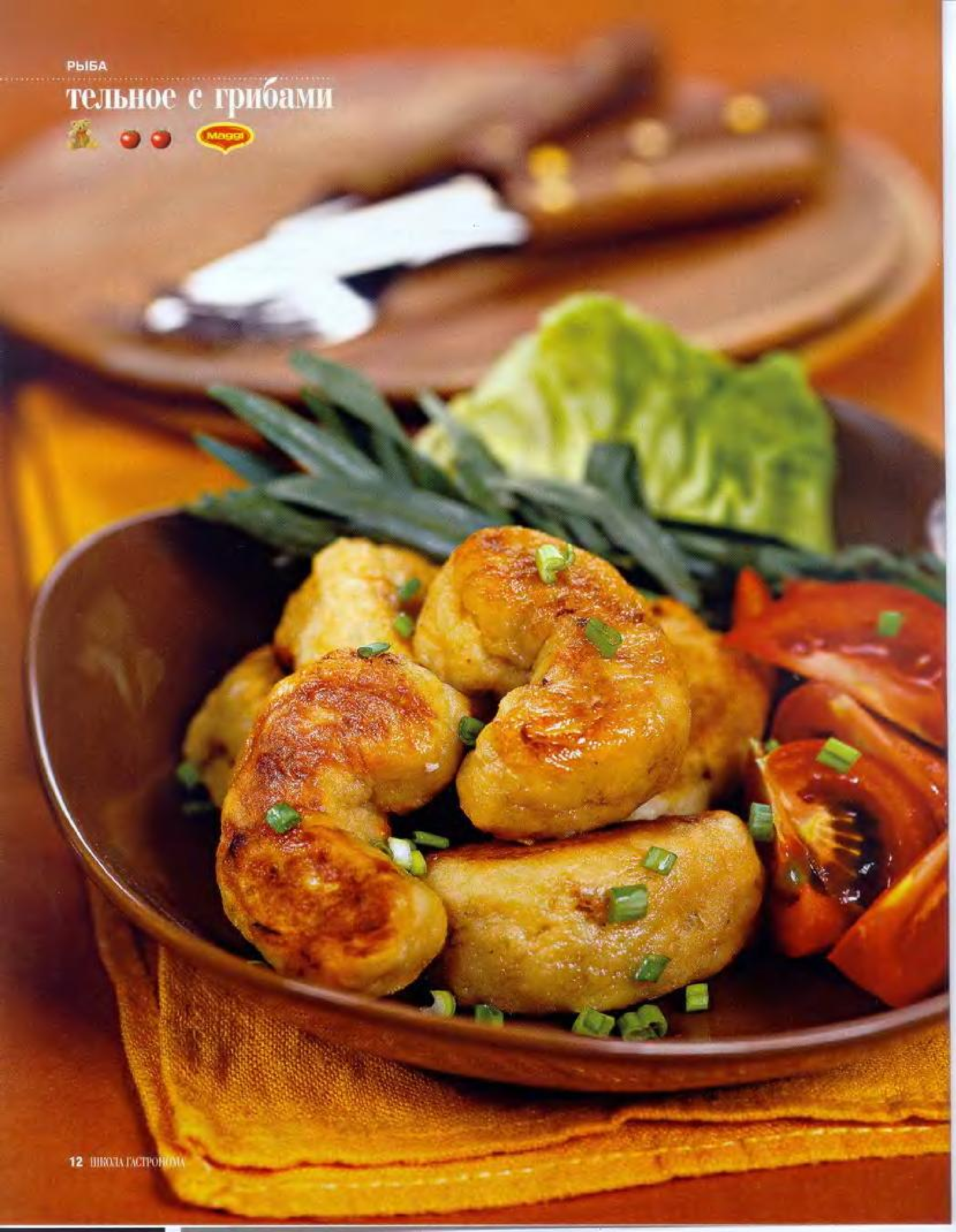


5



6

тельное с грибами





1



2



3



4



5



6

СОВЕТ ОТ МАГГИ®

Тельное можно приготовить и по-другому. Выложить его на противень. 1 пакетик **МАГГИ® НА ВТОРОЕ Курица в соусе из лесных грибов** развести в 200 мл воды. Тщательно перемешать и вылить на противень. Запекать в разогретой до 180 °С духовке 15 мин.

ЧТО НУЖНО:

1 кг филе трески
4 ст. л. муки
1 яйцо
50 г сушеных грибов
2 луковицы
2 ст. л. растительного масла
1–2 ст. л. сливочного масла
соль, перец по вкусу

- Время приготовления: 40 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 412 ккал

белки – 45,2 г, жиры – 17,0 г, углеводы – 19,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы вымыть, положить в сотейник и залить кипятком. Дать настояться 15 мин., откинуть на дуршлаг и нарезать небольшими кусочками.

2 Лук очистить, измельчить. Растительное масло разогреть в сковороде, обжарить грибы, 3 мин. Добавить лук, перемешать и готовить еще 5 мин. Выложить грибы с луком на бумажное полотенце, чтобы стекли излишки масла.

3 Рыбу вымыть, обсушить, нарезать кусками, добавить 2 ст. л муки и яйца и измельчить в блендере.

4 Рыбный фарш переложить в широкую миску, посолить, поперчить и хорошо вымесить.

5 Слепить из рыбного фарша шарики диаметром 4 см. В центре каждого сделать углубление и положить в него по 1 ч. л. грибной начинки. Сомкнуть края так, чтобы начинка оказалась внутри шарика.

6 Придать шарикам форму полумесяца. Оставшуюся муку просеять на плоское блюдо. Обвалять в ней тельное. В сковороде разогреть сливочное масло и обжарить тельное, по 5 мин. с каждой стороны.

Подавать с картофельным пюре и свежими овощами.

острая красная капуста в пергаменте



ЧТО НУЖНО:

1 кочан красной капусты
1 большая красная луковица
2 больших яблока
1 лимон
2 ст. л. растительного масла
1 стакан красного сухого вина
1,5 ст. л. муки
1,5 ст. л. сахара
1 ч. л. красного острого перца
1 ч. л. душистого перца
соль по вкусу

- Время приготовления: 45 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 245 ккал

белки – 5,5 г, жиры – 8,0 г, углеводы – 28,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту очистить от верхних листьев, разрезать на четвертинки, удалить кочерыжку. Нарезать капусту квадратами. Яблоки вымыть, удалить сердцевину и нарезать кубиками; сбрызнуть лимонным соком. Лук очистить и тонко нашинковать.

2 Растительное масло разогреть в сковороде. Положить лук, обжаривать 2 мин. Добавить капусту и, помешивая, готовить 5 мин. Приправить острым и душистым перцем, солью. Влить вино, перемешать и довести до кипения. Готовить, пока не выкипит почти вся жидкость. Снять с огня.

3 В горячую капусту добавить яблоки, обжаренную до золотистого цвета муку и сахар. Перемешать. Разложить равными порциями на 4 листа пергамента размером 20х10 см. Завернуть «лодочками». Поставить на 20 мин. в разогретую до 200 °С духовку.



1

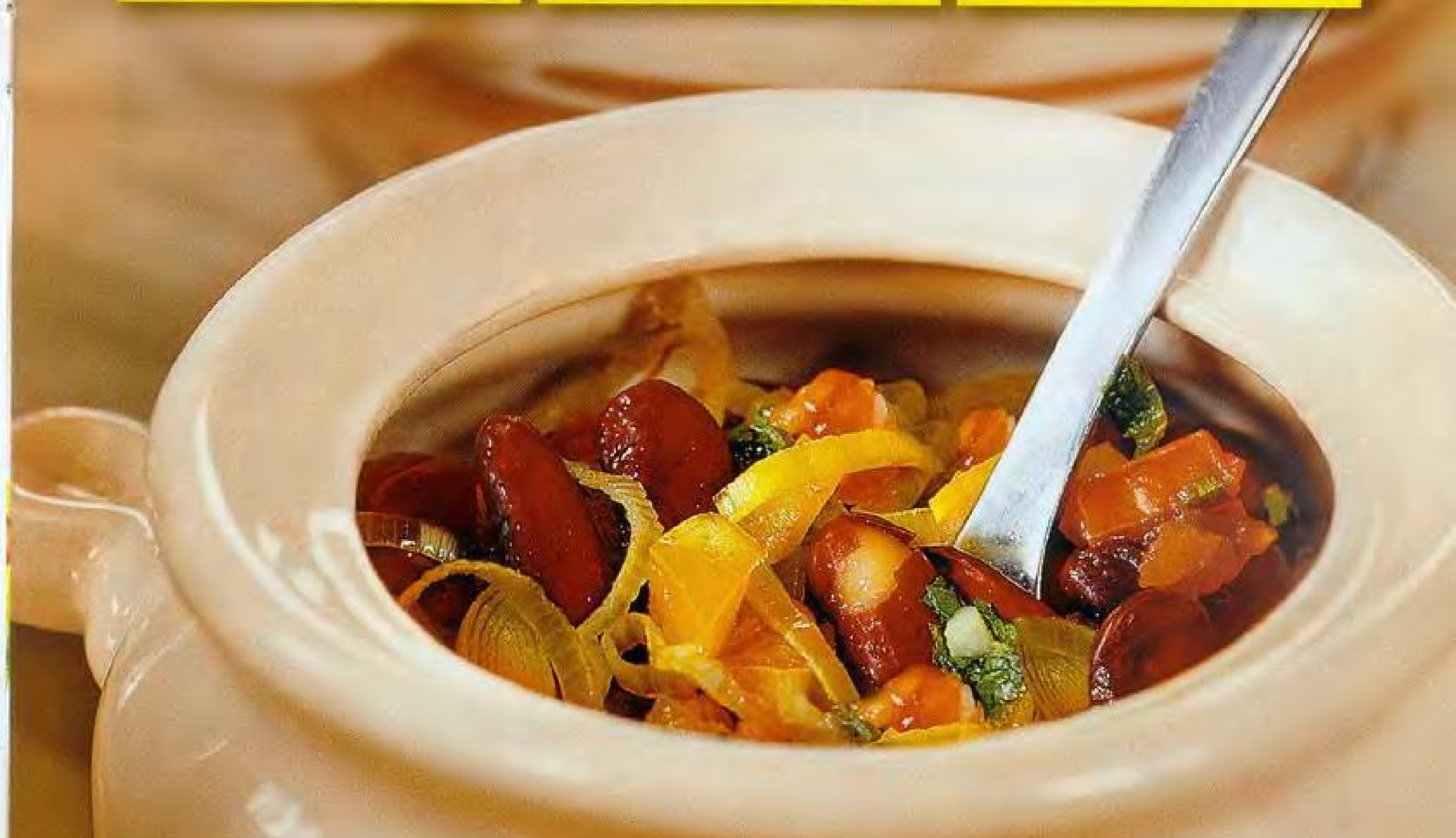


2



3





БЛЮДА В ГОРШОЧКАХ

В этом номере эксперты Кулинарной студии МАГГИ® поделятся с Вами секретами приготовления блюд в горшочках. Горячие и питательные, они прекрасно подойдут для теплого семейного ужина морозным зимним вечером. Горшочки универсальны: в них можно готовить супы, каши, жаркое, пельмени и даже десерты. При этом блюда готовятся быстро и легко. Вот несколько советов:

- Глина легко впитывает запахи, поэтому лучше использовать разные горшочки для приготовления мяса, курицы и рыбы.
- Достаньте горшочек за 5–10 минут до конца готовки. Дайте ему настояться 10 минут (горшочек продолжит готовить вне духовки) и подайте на стол.
- Чтобы сделать жаркое, положите в горшочек 2 луковицы и мясо куском, добавьте лавровый лист и перец. Не солите и не добавляйте воду. За 2,5 часа мясо пропитается луковым соком и станет нежным.
- Чтобы приготовить рыбу в горшочке, залейте ее смесью молока и яиц, посыпьте укропом и поставьте горшочек в духовку на полчаса.
- Пельмени отварите, немного не доводя до готовности, переложите в горшочки по порциям, добавьте масло и сметану. Поставьте горшочки в духовку и запекайте. Пельмени получатся удивительно вкусными!
- Накрывать горшочек можно не только глиняной крышкой, но и вкусными крышечками из теста, тертого сыра, сырого картофеля и взбитых яиц.
- Для сладких горшочков подойдет крышечка из смеси 100 г творога с 2 яичными желтками.





1а



2

горячее лобио в горшочке



1

ЧТО НУЖНО:

4 ч. л. **СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя зелень»**
300 г красной фасоли
2 желтых болгарских перца
100 г лука-порея
4 помидора
100 г топленого масла
3 пучка зелени кинзы
4 зубчика чеснока

■ Время приготовления: 1 час + 4 часа для замачивания фасоли
■ Порций: 4
■ 1 порция: 413,6 ккал
белки – 17,8 г, жиры – 19,8 г, углеводы – 41,0 г

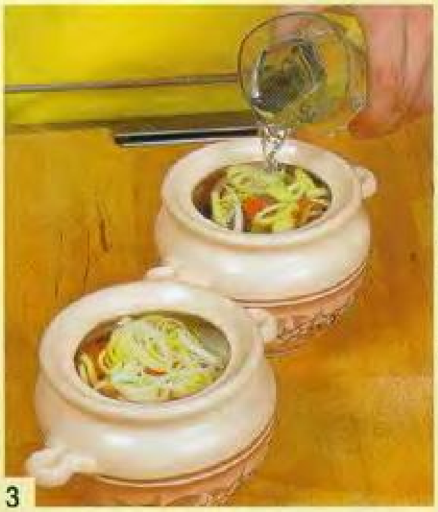


ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фасоль замочить в воде на 3–4 ч, промыть и отваривать 20 мин. Вареную фасоль откинуть на дуршлаг, промыть. Болгарский перец нарезать кубиками, кинзу вымыть и мелко порубить.

2 Подготовленную фасоль разложить по горшочкам, добавить перец, кинзу, нарезанные мелкими кубиками помидоры и измельченный чеснок. В каждый горшочек всыпать по 1 ч. л. **СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя зелень»**, добавить растопленное масло и выложить сверху нарезанный кольцами лук-порей.

3 В каждый горшочек влить по 100 мл воды, перемешать и закрыть крышкой. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 40 мин.



3

СОВЕТ ОТ МАГГИ®

Вы получите более пикантный вкус, залив горшочки соусом. Для этого разведите в смеси из 350 мл воды и 150 мл сливок два пакетика **МАГГИ® МАКАРОНОМАНИЯ для приготовления макарон в томатно-мясном соусе Болонез.**

капуста по-монастырски в горшочке

ЧТО НУЖНО:

2 пакетика **МАГГИ® НА ВТОРОЕ для приготовления Жюльена из курицы и грибов**
800 г мясного фарша
500 г белокочанной капусты
200 г консервированной кукурузы
100 г тертого сыра
500 мл молока
3 ст. л. растительного масла

- Время приготовления: 50 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 704 ккал

белки – 47,3 г, жиры – 41,0 г, углеводы – 36,0 г




1


1a

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту нарезать кубиками (1х1 см) и обжаривать на растительном масле в течение 10 мин., постоянно помешивая. Добавить в капусту фарш, консервированную кукурузу (вместе с жидкостью) и тушить, помешивая, еще 10 мин.

2 Содержимое пакетика **МАГГИ® НА ВТОРОЕ для Жюльена из курицы и грибов** развести в молоке, перемешать и влить в капусту с мясным фаршем.

3 Прогреть, помешивая, 3–5 мин., затем разложить смесь по горшочкам, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 180 °С в течение 20 мин., не накрывая крышкой.

2



3



СОВЕТ ОТ МАГГИ®

Вместо фарша можно использовать нарезанную кубиками курицу или свинину. По желанию добавьте мелко нарезанные и обжаренные на растительном масле грибы.




Наполните блюда свежестью!
ВЕСЕННЯЯ ЗЕЛЕНЬ
Magg
Супер Приправа
75г
Товар сертифицирован

коктейль «кровавая мэри»



ЧТО НУЖНО:

1 часть томатного сока
1 часть водки
несколько капель красного соуса табаско
свежемолотый черный перец
соль по вкусу

- Время приготовления: 5 мин.
- Порций: 1
- 1 порция: 125 ккал

белки – 0,4 г, жиры – 0 г, углеводы – 1,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Водку охладить в морозильной камере. Томатный сок смешать с соусом табаско, черным перцем и солью.

2 Перелить сок в бокалы. Аккуратно, по лезвию ножа, влить ледяную водку так, чтобы она не смешалась с соком.



1



2

креветки, жаренные на ветках розмарина

Спонсор рецепта

EMBORG





1



2



3



4



5



6

КСТАТИ

Тигровые креветки – богатый источник белка, полезных минеральных веществ и витаминов B_{12}, A, E и D. Благодаря использованию метода шоковой заморозки тигровые креветки **«Эмборг»** полностью сохраняют все свои ценные свойства.



ЧТО НУЖНО:

12 вареных тигровых креветок **«Эмборг»**
4 веточки розмарина
50 мл соевого соуса
0,5 стручка красного острого перца
1 см корня имбиря
2 ч. л. лимонного сока
1 ст. л. меда
8 помидоров черри

- Время приготовления: 1 час 35 мин.
- Порций: 2
- 1 порция: 136,1 ккал

белки – 24,5 г, жиры – 2,4 г, углеводы – 4,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Розмарин вымыть, обсушить. Снять с веточек листики, оставив при этом только верхние.

2 Острый перец вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину. Промыть перец холодной водой, тонко нарезать полукольцами. Имбирь очистить, натереть на крупной терке.
Выложить перец, имбирь и листики розмарина в широкую миску. Добавить соевый соус, лимонный сок и мед. Тщательно перемешать.

3 Положить в миску креветки, встряхнуть так, чтобы они были покрыты маринадом со всех сторон. Накрыть миску пищевой пленкой. Мариновать в теплом месте 1 ч, время от времени встряхивая миску.

4 Вынуть креветки из маринада; маринад сохранить.
Нанизать на каждую веточку розмарина по 3 креветки, прокалывая их по желобку на спинке.

5 Помидоры вымыть и положить в жаростойкую емкость. Добавить маринад. Поставить в разогретую до 200 °С духовку на 5 мин.

6 Растительное масло сильно разогреть в сковороде, обжарить в нем креветки, по 1,5 мин. с каждой стороны. Переложить сначала на бумажные салфетки, чтобы стекло масло, затем – на блюдо. На то же блюдо выложить печеные помидоры.

«наполеон» с картофельной и грибной начинкой





1



2



3



4



5



6

ЧТО НУЖНО:

1 ч. л. **СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ®** **«Весенняя зелень»**
1 упаковка готового слоеного теста (400 г)
4 картофелины
150 мл молока
1 луковица
500 г шампиньонов
100 г пошехонского сыра
1 пучок зеленого лука

- Время приготовления: 35 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 615 ккал

белки – 19,6 г, жиры – 32,4 г, углеводы – 61,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель вымыть, отварить в мундире. Дать немного остыть, очистить от кожуры. Сыр натереть на крупной терке. В подогретое молоко добавить **СУПЕР ПРИПРАВУ МАГГИ®** **«Весенняя зелень»**. Влить смесь в картофель, слегка растолочь. Добавить сыр, перемешать.

2 Грибы вымыть и нарезать. Репчатый лук очистить и измельчить. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить лук, 3 мин. Добавить грибы и готовить, периодически помешивая, до полного выпаривания жидкости.

3 Зеленый лук вымыть, обсушить и мелко нарезать. Добавить обжаренные с репчатым луком грибы и зеленый лук в картофель. Перемешать.

4 Слоеное тесто раскатать на присыпанной мукой поверхности в 3 пласта. Духовку разогреть до 200 °С. Противень накрыть листом пергамента, сбрызнуть водой. Выложить слоеное тесто и выпекать до золотистого цвета, 10–12 мин. Вынуть из духовки. Духовку не выключать.

5 Начинку распределить по 2 пластам теста, накрыть третьим пластом.

6 Сыр натереть на крупной терке. Присыпать сыром верхний слой пирога. Вернуть на 1–2 мин. в духовку. Сразу же подать к столу.

СОВЕТ ОТ МАГГИ®

В этом рецепте вареный картофель можно заменить **КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ МАГГИ®**. Инструкцию по приготовлению вы найдете на упаковке.



блины кружевные в пенке





1



2



3



4



5



6

ЧТО НУЖНО:

- 2 яйца
- 3 ст. л. сахара
- 1 ч. л. ванильного сахара
- 100 мл водки
- 0,5 ч. л. соли
- 1 л кефира жирностью 1%
- мука
- 1 ч. л. соды
- 3 ст. л. растительного масла

- Время приготовления: 30 мин. + 3 часа
- Порций: 6
- 1 порция: 459 ккал

белки – 13,4 г, жиры – 16,1 г, углеводы – 50,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яйца взбить с сахаром в пену. Добавить ванильный сахар, водку, соль и еще раз взбить.

2 Влить кефир, перемешать.

3 Муку просеять и, перемешивая, постепенно всыпать в смесь до тех пор, пока тесто не приобретет консистенцию густой сметаны.

4 Добавить в тесто гашенную уксусом соду и растительное масло. Перемешать, дать постоять 20 мин.
Затем, взбивая тесто, постепенно вливать кипяток, пока тесто не станет напоминать жидкую сметану.

5 Растительное масло разогреть в сковороде. Влить немного теста, круговым движением распределить его по всей сковороде. Выпекать 1,5 мин. Перевернуть блин на другую сторону и готовить еще 30 сек. Переложить на блюдо. Таким же способом испечь все блины.

6 Каждый блин слегка смазать сливочным маслом, присыпать сахарным песком. Свернуть в четыре раза.
Сложить блины в кастрюлю, сверху посыпать 2 ст. л. сахара и положить 100 г сливочного масла. Плотно накрыть крышкой и поставить в теплую духовку на 3 ч.

В конкурсе на лучший рецепт блинов победила **Зинаида Клевцова** из Воронежа. Она прислала больше десяти отличных рецептов. Как нам ни жаль, опубликовать мы можем только один. Зинаида Ивановна получает набор посуды **Tefal**.



ПОНЧИКИ с апельсиновым соусом





1



2



3



4



5



6

СОВЕТ

Пончики в форме колец – классический, привычный нам вариант. Но во многих странах их делают в виде шариков. Поэтому, если вы хотите облегчить себе задачу, пропустите четвертый шаг этого рецепта и обжаривайте во фритюре расстоявшиеся шарики.

ЧТО НУЖНО:

2 ч. л. сухих дрожжей
100 мл теплой воды
2 ст. л. меда
3 яичных белка
2 неполных стакана муки
щепотка соли
50 г сливочного масла
1 ст. л. сахара
растительное масло для фритюра
сахарная пудра

Для соуса:

сок 2 апельсинов
100 г меда

- Время подготовки: 2 часа 40 мин.
- Время приготовления: 50 мин.
- Количество: 20–30 шт.
- 1 штука: 232,1 ккал

белки – 6 г, жиры – 10,5 г, углеводы – 41,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять вместе с солью. Третью часть муки пересыпать в большую миску, влить воду, добавить сахар и дрожжи. Размешать, накрыть и оставить в теплом месте на 1,5 ч.

2 Всыпать в миску с опарой оставшуюся муку. Добавить мед, сливочное масло и белки. Замесить тесто и оставить еще на 1 ч.

3 Выложить тесто на присыпанную мукой поверхность. Вымешивать 5–7 мин. Затем, отщипывая от него кусочки одинакового размера, скатать шарики диаметром 4,5 см. Присыпать их мукой, оставить на 15 мин.

4 Взять шарик двумя руками. С силой надавить большими пальцами на центр так, чтобы образовалось отверстие. Слегка обминая края шарика, придать ему форму кольца.

5 Апельсиновый сок перелить в сотейник, смешать с медом. Поставить на средний огонь и выпаривать, пока количество соуса не уменьшится в 2 раза.

6 В кастрюле сильно разогреть растительное масло. Обжаривать пончики порциями, по 3,5 мин., затем выкладывать на бумажные салфетки. Присыпать пончики сахарной пудрой. Подавать с апельсиновым соусом.

ДЕСЕРТ

желе из хурмы



ЧТО НУЖНО:

2 плода хурмы
2 ст. л. меда
20 г желатина
100 мл кипяченой воды

- Время приготовления: 15 мин. + 2 часа
- Порций: 2
- 1 порция: 167,2 ккал

белки – 8,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 33,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желатин замочить в теплой воде, размешать до полного растворения. Хурму очистить от кожицы, удалить косточки.

2 Стаканчики застелить пленкой так, чтобы свешивались края. В сотейнике смешать мякоть хурмы с желатином и медом, прогреть 1 мин.

3 В подготовленные стаканчики влить смесь, приподнять края пленки и закрутить их так, чтобы получились шарики. Поставить в холодильник на 2 ч.

Перед подачей на стол вынуть желе из стаканчиков, снять пленку.



1



2



3

садовник

Ежемесячный иллюстрированный журнал для тех, кто любит свой сад



участок
сад
огород
цветник
дом
арсенал









Несколько мини-журналов, из которых состоит «Садовник», – «Участок», «Сад», «Огород», «Цветник», «Дом» и «Арсенал», – рассказывают читателям о сезонных работах в загородном доме и на даче, об особенностях выращивания самых разных деревьев, кустарников, цветов и комнатных растений, помогают ориентироваться в обилии товаров, предлагаемых садоводам.


LOVE
всегда с тобой
loveradio.ru
эфир (495) 956·106·6
реклама (495) 105·33·17
Лиц. РВ №8790 от 24.03.05

Дорогие читатели! Продолжается подписка на 2006 год на наши журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Садовник» и «Ручная работа» через редакцию.

Вы можете подписаться на любые номера наших изданий в течение 2006 года. Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.

ГАСТРОНОМЪ

Стоимость 1 номера журнала «Гастрономъ» – 65 руб.
Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость 1 номера журнала «Гастрономъ» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $2,80.
Для остальных стран – $7,70.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Стоимость 1 номера журнала «Школа гастронома» – 30 руб.
Подписка на 1 месяц – 60 руб.
Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость 1 номера журнала «Школа гастронома» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $1,50.
Для остальных стран – $3,00.

садовник

Стоимость 1 номера журнала «Садовник» – 45 руб.
Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость 1 номера журнала «Садовник» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $2,00.
Для остальных стран – $5,00.

Ручная Работа

Стоимость 1 номера журнала «Ручная работа» – 25 руб.
Подписка на 1 месяц – 50 руб.
Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость 1 номера журнала «Ручная работа» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $1,40.
Для остальных стран – $2,90.

Оформить подписку на наши журналы очень просто:

1. **Заполните квитанцию.**
   Укажите Ф.И.О., адрес, на который будет приходить заказная бандероль с журналами, контактный телефон.
2. **Отметьте крестиком номера журналов в квитанции.**
3. **Оплатите квитанцию в любом отделении Сбербанка РФ.**
   Копию оплаченной квитанции отправьте к нам в редакцию по адресу:
   125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1, или по факсу: (095) 725-1074.

В случае неполной информации в квитанции мы будем ориентироваться на уплаченную вами сумму.
В цену подписки не включена комиссия Сбербанка.
Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение 3 дней с момента выхода журнала.

4. **Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета.**
   Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: e.pokataeva@idvz.ru

Оформление подписки на наши журналы в других странах:
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn» Acc. No40702840538040205252 With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T. Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N Acc. 890-0057-610
Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты.

Дорогие друзья!
В качестве подарка к 8 Марта для себя или своих близких предлагаем оформить
ЛЬГОТНУЮ ПОДПИСКУ
на журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Садовник» и «Ручная работа».

Для читателей, подписавшихся до 15 марта, стоимость журналов на 9 месяцев 2006 года составит:

- «Гастрономъ» – 540 руб.
- «Школа гастронома» – 504 руб.
- «Садовник» – 378 руб.
- «Ручная работа» – 432 руб.

Все читатели, воспользовавшиеся нашим предложением, смогут оформить подписку на 2007 год по льготным ценам!



Извещение

ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)
7743038046 № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)
в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)
БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)
подписка на журнал

Гастрономъ на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Школа гастронома на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Садовник на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Ручная работа на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(наименование платежа)
Сумма платежа ____________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ____________ руб. ________ коп.

Кассир

Квитанция

ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)
7743038046 № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)
в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)
БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)
подписка на журнал

Гастрономъ на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Школа гастронома на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Садовник на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Ручная работа на 200__ г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(наименование платежа)
Сумма платежа ____________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ____________ руб. ________ коп.

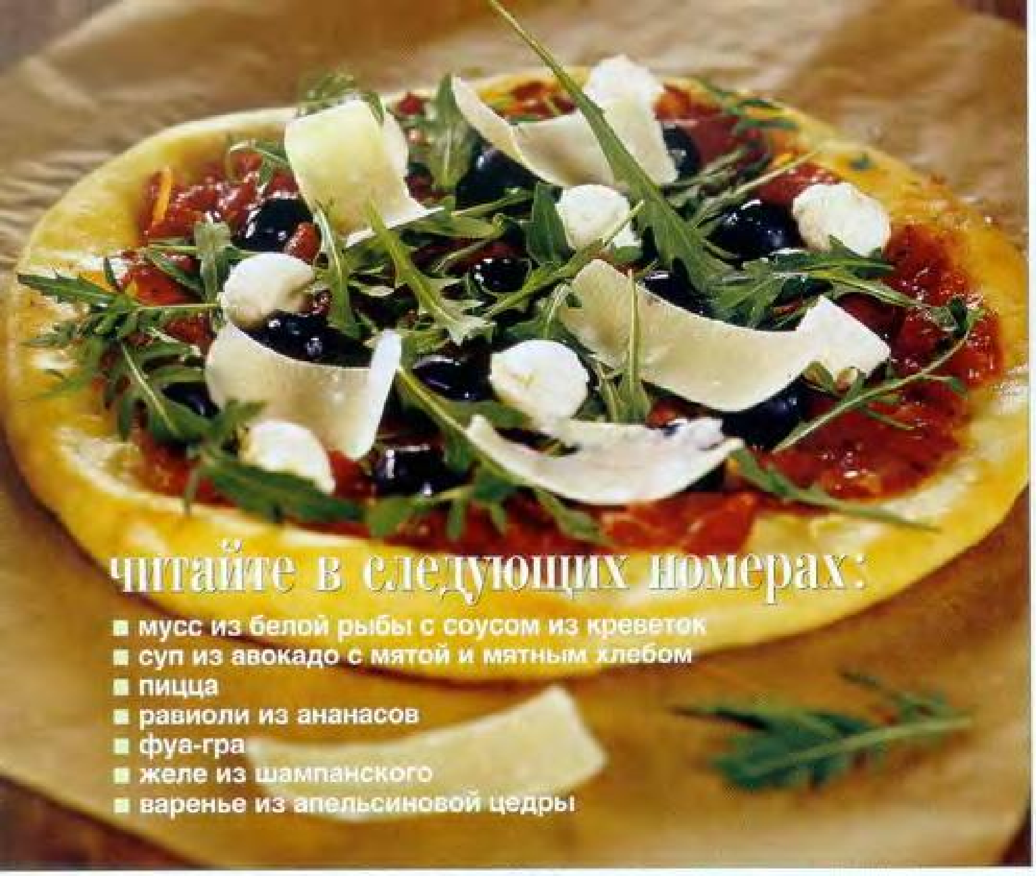
Кассир

АДРЕСА

где купить

• Магазины Zepter
Москва, ул. Новый Арбат, 26,
тел.: (495) 291-1123
www.zepter.com

• Ножи ICARUS марки AMEFA
сети магазинов «Метро»
официальный дистрибьютер – компания ProfiTrade
www.profitrade.ru



следующий номер выйдет 27 февраля

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

«   »   200__ г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

«   »   200__ г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№04 (54), февраль 2006
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 218 100
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07.2003 г.

